

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri pinggang bawah (LBP) merupakan suatu keluhan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari bagi penderitanya. Menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 2013 menyebutkan, di Amerika Serikat nyeri pinggang bawah merupakan penyebab utama dalam pembatasan aktivitas pada penduduk dengan usia <45 tahun, urutan ke 2 untuk alasan paling sering berkunjung ke dokter, urutan ke 5 alasan perawatan di rumah sakit dan alasan penyebab yang paling sering untuk tindakan operasi. Sedangkan di Indonesia data epidemiologi mengenai LBP belum ada, namun diperkirakan pada pulau Jawa ditemukan insidensi 8,2% pada pria dan 13,6% pada wanita. Di rumah sakit Jakarta, Yogyakarta dan Semarang insidensinya sekitar 5,4 – 5,8%, frekwensi terbanyak pada usia 45-65 tahun (Purnamasari et al, 2010). Penyebab dari nyeri punggung bawah banyak sekali dan bervariasi mulai dari kelelahan otot sampai tumor ganas. Dalam beberapa kasus nyeri pinggang bawah dapat ditangani dan dicegah dengan mengetahui apa penyebabnya dan bagaimana pencegahannya. Untuk mengetahui hal tersebut, diperlukan pemeriksaan yang lengkap dan teliti, apalagi pada kasus yang spesifik pemeriksaannya akan lebih banyak daripada kasus non spesifik. Pada kasus spesifik akan ada pemeriksaan tambahan karena adanya kelainan neurologi, yang kebanyakan disebabkan karena *Hernia Nukleus Pulposus (HNP)*,

spondilosis, dan trauma. Pada penderita *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP) biasanya akan timbul nyeri pinggang yang menjalar sampai daerah tungkai bawah bahkan ada yang sampai ujung ibu jari kaki dan juga ditandai dengan nyeri yang hebat ketika pasien mengejan atau bersin. Dengan adanya nyeri tersebut, maka akan timbul *spasme* otot di sekitar vertebra dan keterbatasan gerak pada vertebra lumbal (fleksi, ekstensi, latero fleksi). Lordosis lumbal kurang atau semakin mendatar. Dari masalah yang timbul ini, akan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari tidak dapat bekerja sesuai dengan bidangnya dan tidak dapat menikmati waktu senggang karena nyeri waktu istirahat (Wijayanti, 2012). Oleh karena itu diperlukan peranan dokter dan tenaga medis untuk membantu proses penyembuhan salah satunya yaitu diperlukan peranan fisioterapi.

Peranan Fisioterapi pada kasus *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP) adalah mengurangi nyeri, mengurangi spasme, meningkatkan lingkup gerak sendi sehingga dapat meningkatkan aktivitas fungsional. Pada kasus ini Modalitas yang digunakan berupa elektroterapi maupun non elektroterapi. Elektroterapi berupa Short Wave Diathermy (SWD). Sedangkan non elektroterapi berupa terapi latihan yaitu *Mc. Kenzie*.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang tersebut penulis dapat merumuskan bahwa rumuan masalah kasus ini antara lain: Apakah pemberian *Short Wave Diathermy* (SWD), dan Terapi Latihan (*Mc Kenzie*) dapat mengurangi nyeri,

mengurangi spasme otot, meningkatkan lingkup gerak sendi dan meningkatkan aktivitas fungsional pada kasus *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP).

C. Tujuan

Menyesuaikan dengan rumusan masalah yang penulis kemukakan maka tujuan penulisan ini adalah: untuk mengetahui Manfaat *Short Wave Diathermy* (SWD), *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan *Mc Kenzie* pada kasus *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP). dalam mengurangi nyeri, mengurangi spasme, meningkatkan lingkup gerak sendi dan meningkatkan aktifitas fungsional.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Menambah pemahaman dalam melaksanakan proses fisioterapi pada kondisi *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP).

2. Bagi Insitusi

Sebagai referensi tambahan untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP).

3. Bagi Fisioterapis

Untuk mendapatkan metode terapi yang tepat dan bermanfaat dalam melakukan penanganan pada kasus *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP).

4. Masyarakat umum

Untuk menambah wawasan atau pengetahuan tentang *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP) dan menambah informasi tentang penatalaksanaan *Short Wave Diathermy* (SWD), dan *Mc. Kenzie* pada kasus *Low back pain* (LBP) akibat *Hernia Nukleus Pulposus* (HNP)